

UNIVERSIDADE PARANAENSE - UNIPAR
PSICOLOGIA

**Burnout e racismo estrutural: Um olhar sobre a experiência de exaustão no
trabalho em pessoas negras.**

Gabriela Araújo Fornari
Guilherme Martins de Castro
José Smarczewski Neto
Sônia Rafaelli da Silva

Cascavel - PR
2026

Burnout e racismo estrutural: Um olhar sobre a experiência de exaustão no trabalho em pessoas negras.

Burnout and structural racism: A look at the burnout experience at work among black people.

Burnout y racismo estructural: Una perspectiva a la experiencia de agotamiento en el trabajo en personas negras.

Resumo

Conforme sustenta Castro (2010) Burnout é um problema característico do capitalismo flexível e do homem engendrado por este momento econômico. Entretanto, os estudos sobre o Burnout, em geral, não consideram as especificidades sociais do sujeito pesquisado, logo, pesquisas que abordam o adoecer dentro dos locais de trabalho não visam entender a materialidade racial e como esta afeta o processo de subjetivação e adoecimento do sujeito, sendo assim, não fazem uma reflexão crítica para com este fenômeno. A partir dessas questões este trabalho visa dialogar sobre a identificação do Burnout na realidade de trabalho das pessoas negras, compreendendo o adoecimento a partir de sua construção social moderna no seio do capitalismo, pensando dialeticamente um entrelaçar entre o individual (o projeto de ser e o sentido existencial do trabalho) e o universal (lógica organizacional e a colonialidade), considerando as raízes históricas que moldam os corpos pretos para o trabalho.

Palavras-chaves: Burnout; capitalismo; colonialismo; interseccionalidade; raça.

Abstract

As Castro (2010) argues, occupational burnout is a problem resulting from flexible capitalism and individuals inserted in this economic system. However, researches on the matter, generally, do not consider the social contexts of the target audience being studied, thus, studies that addresses experiencing mental health challenges within the workplace, usually, does not aim to understand how racial materialism affects individuals' subjectivations, thus failing to offer a critical reflection on this phenomenon. Based on these issues, this thesis aims to discuss the identification of occupational burnout in the workplace reality of Black people, understanding the development of a mental health condition from its modern social construction within capitalism, dialectically considering the intertwining of the

subject (the project of being and the existential meaning of work) and the universal (organizational logic and coloniality), taking into account the historical roots that shape Black people for work.

Keywords: Burnout; capitalism, colonialism; intersectionality; race.

Resumen

Como argumenta Castro (2010), el agotamiento laboral es un problema característico del capitalismo flexible y del ser humano engendrado por este contexto económico. Sin embargo, los estudios sobre el agotamiento laboral, en general, no consideran los contextos sociales del sujeto investigado. Por lo tanto, la investigación que aborda la enfermedad en el ámbito laboral no busca comprender la materialidad racial ni cómo esta afecta el proceso de subjetivación y enfermedad del sujeto, y, en consecuencia, no ofrece una reflexión crítica sobre este fenómeno. Partiendo de estas cuestiones, este trabajo pretende analizar la identificación del agotamiento laboral en la realidad laboral de las personas negras, comprendiendo la enfermedad desde su construcción social moderna dentro del capitalismo, considerando dialécticamente la interrelación entre lo individual (el proyecto del ser y el significado existencial del trabajo) y lo universal (la lógica organizacional y la colonialidad), y teniendo en cuenta las raíces históricas que configuran los cuerpos negros en el ámbito laboral.

Palabras clave: síndrome de desgaste profesional; capitalismo; colonialismo; interseccionalidad; raza.

1.Introdução

A síndrome de Burnout tem sido uma pauta amplamente discutida nas últimas décadas, trazendo grande visibilidade à questão. No entanto, apesar do crescimento dos estudos nesta área, observa-se que grande parte das investigações tendem a tratar o fenômeno de maneira universalizante, desconsiderando a interseccionalidade que constitui a experiência concreta dos indivíduos. Consequentemente, recortes étnicos-raciais e de gênero, em muitos casos, permanecem marginalizados nestas análises, evidenciando a escassez de produções que investiguem o Burnout com este enfoque, e enfatizando a relevância desse estudo.

Para além desta compreensão, partimos do pressuposto de que o Burnout deve ser entendido como um fenômeno socialmente construído, enraizado no mundo do trabalho do capitalismo contemporâneo. A intensificação das demandas produtivas, a flexibilização das

relações laborais e a centralidade do desempenho do trabalhador, moldam um cenário onde o sofrimento psíquico emerge como a expressão das contradições entre as exigências organizacionais e as condições materiais de cada pessoa.

Desta forma, buscamos não só dar destaque ao vazio acadêmico referente à esses estudos, mas também iniciar um debate sobre o Burnout a partir da experiência de pessoas negras em uma perspectiva crítica e dialética, procurando compreender de que maneira o racismo estrutural e a herança colonial configuram as condições concretas de trabalho e os modos de subjetivação vivenciadas por estes sujeitos, considerando como essas determinações atravessam o sentido do trabalho e a construção do projeto de ser.

2.A produção social da síndrome de burnout para além da “queima das forças mentais”

Inicialmente necessitamos retornar ao contexto sócio-histórico em que o Burnout passa a ser pesquisado. Neste sentido, a década de 1970 ganha destaque, tendo em vista que esse período foi marcado por grandes transformações nas relações de trabalho, devido à reestruturação do capitalismo e a consolidação do modelo neoliberal. Atitudes, as quais, foram adotadas após a *Era Dourada* do capitalismo, iniciada no pós-Segunda Guerra Mundial, marcada pelo crescimento econômico exorbitante, ampliando o consumo e a qualidade de vida de países centrais do capitalismo, como os Estados Unidos e a Europa Ocidental, conhecido, também, como *Welfare State* ou *Estado de Bem-estar Social*. Tal momento econômico, antes positivo, entra em crise ao final da década de 1960, devido ao aumento da inflação, a redução de lucros do modelo vigente e o surgimento de movimentos sociais que passam a questionar as condições de trabalho alienantes (Harvey, 2008; Antunes, 2018). Sendo assim, tal período de transição resulta em um capitalismo mais flexível, orientado pela produtividade e o individualismo como tentativa de manejar a crise.

Castro (2010), em sua tese, argumenta que a supervalorização do capital gera nas organizações a necessidade de administrar resultados visando lucros; por sua vez, as empresas passam a fazer seus funcionários sacrificarem, cada vez mais, suas vidas pelo bem-estar da empresa, deixando de lado metas pessoais e conquistas próprias. Além destas questões apresentadas, o autor relaciona cortes de gastos e reduções de verbas para profissionais cada vez mais atolados em obrigações e responsabilidades atribuídas aos mesmos, sendo assim, encarregando-os de problemas ao passo em que se diminui suas autonomias.

Pesquisadores como Maslach (1993) e Freudenberger (1987), ao se depararem com os aspectos emocionais gerados pelo trabalho, passam a investigar o que posteriormente seria chamado de Burnout. Maslach (1993) inicia sua pesquisa buscando entender os mecanismos de enfrentamento utilizados para lidar com a fragilidade emocional causada pelo ambiente corporativo. Porém o que chama a sua atenção é a grande quantidade de trabalhadores esgotados tanto física quanto emocionalmente, com aversão aos seus trabalhos e a sensação de fracasso profissional, podendo ser notado um processo de desilusão e esgotamento psíquico desqualificante.

Nesse mesmo período Freudenberger (1987), na clínica psicanalítica, observa que seus pacientes, em função de grandes demandas de seus trabalhos, vivenciavam uma espécie de “incêndio interno”, com uma sensação de esgotamento intenso. Com a publicação do artigo “Staff burnout” (em português, “Esgotamento da equipe”), no *Journal of Social Issues* em 1974, o psicanalista passa a ser considerado pioneiro do conceito sobre Burnout, que, pela primeira vez, recebe uma conceitualização no âmbito científico, como “queima das forças mentais em função da alta sobrecarga de trabalho”. Para Freudenberger (1987), o Burnout passa por uma fase prévia de entusiasmo e envolvimento com o trabalho, sendo posteriormente substituída pela frustração no momento em que o sujeito se percebe impossibilitado de realizar as tarefas a ele determinadas, fazendo com que a tensão e o estresse elevados coincidam com a frustração de um “eu atual” e um “eu ideal” não realizado.

Castro (2010), ao analisar as pesquisas de Maslach e Freudenberger, aponta o estudo do Burnout como a descoberta de um fenômeno original que não se reduz a fenômenos já conhecidos, nem se diminui a uma única dimensão. Para ele, ao reduzir as averiguações empíricas a uma única dimensão, como a exaustão, por exemplo, implica-se que não foi descoberto nada além da fadiga e cansaço já conhecidos e apontados pelas investigações. Concordando, então, com Maslach (1993), afirma que o Burnout tem caráter multidimensional, compreendendo três dimensões principais que delimitam o fenômeno, sendo estas, a exaustão emocional, a despersonalização e a perda de realização pessoal.

O fator da exaustão emocional diz respeito ao esgotamento psicofísico, o sentimento de cansaço após uma jornada de trabalho e a sensação de não se recuperar suficientemente para uma nova jornada no dia seguinte. Castro (2010) aponta esta variável como o sentimento de estar trabalhando em excesso e no limite de suas possibilidades, caracterizando-se pelo fato de o sujeito ter chegado ao fim de suas forças. Já a variável da despersonalização compreende a relação para com os outros e tem como características a indiferença, o descaso, o cinismo e o descomprometimento. Como aponta o autor, “burnout não é somente a

síndrome do profissional exausto, mas também do profissional indiferente e descomprometido em relação às pessoas com quem trabalha” (p. 16). Por fim, a perda de realização pessoal reflete a experimentação dos sentimentos de incapacidade e insuficiência diante de situações limitadoras no ambiente de trabalho, e de experimentar a si mesmo diante das adversidades e controvérsias organizacionais (Castro, 2010).

Em continuidade, Castro (2010) aponta que outros teóricos concordam com a multidimensionalidade da síndrome e relacionam os três principais fatores ao clima organizacional e aos estressores do ambiente de trabalho. Dentre alguns estudos, destaca-se a pesquisa de Lee e Ashfort (1996), que direciona o estudo dos três elementos em relação às altas demandas e baixos recursos comumente encontrados nas organizações, graças ao modelo de produção vigente. Os pesquisadores chegam à mesma conclusão de que a essência do Burnout é multidimensional, acrescentando ainda que o fator de exaustão emocional frequentemente está ligado às altas demandas e sobrecarga, enquanto a despersonalização e a perda de realização pessoal se relacionam com os baixos recursos fornecidos pela organização (Lee e Ashfort, 1996).

A partir dos estudos de Maslach et al. (2001) podemos averiguar que o fator de altas demandas se interliga com o aumento da quantidade de atividades desempenhadas; prazos e pressão para o cumprimento de demandas; aumento da complexidade do trabalho, uma vez que um mesmo funcionário realiza várias funções ao mesmo tempo; obrigações discordantes, caracterizada por condutas contraditórias que o sujeito precisa tomar, como entregar um trabalho de ótima qualidade mas em um espaço muito curto de tempo; e, por fim, a ambivalência das atividades desempenhadas, causadas por má orientação, prejudicando a realização dos objetivos de trabalho. O tópico dos baixos recursos, por sua vez, é relacionado à falta de apoio por parte de supervisores/superiores no enfrentamento de obstáculos e problemas; a perda da confiança no trabalho em equipe, caracterizado pelo estímulo do modelo de produção em criar profissionais competitivos e individualistas; a falta de autonomia na própria vida profissional, impossibilitando a resolução de problemas e inviabilizando conclusão de atividades para as quais têm capacitação; e, por último, a baixa remuneração e/ou as poucas condições de progressões profissionais.

Tais questões são justificadas por Han (2015) que constata a mudança de paradigma da sociedade disciplinar, trabalhada por Foucault, para a sociedade do desempenho, uma vez que a sociedade disciplinar, caracterizada pela proibição, encontra barreiras para continuar produzindo, enquanto a sociedade do desempenho explora a condição de possibilidades,

criando um caráter de positividade e motivação ao proletário, caracterizando uma violência sistêmica inerente à sociedade.

O sujeito de desempenho está livre da instância externa de domínio que o obriga a trabalhar ou que poderia explorá-lo. É senhor e soberano de si mesmo. Assim, não está submisso a ninguém ou está submisso apenas a si mesmo. É nisso que ele se distingue do sujeito de obediência. A queda da instância dominadora não leva à liberdade. Ao contrário, faz com que liberdade e coação coincidam. Assim, o sujeito de desempenho se entrega à liberdade coercitiva ou à livre coerção de maximizar o desempenho. O excesso de trabalho e desempenho agudiza-se numa autoexploração (Han, 2015, p. 16).

Deste modo, deparamo-nos com um sujeito alienado que vivencia sua própria despotencialização diante do trabalho, acreditando ser o meio para conquistar sua autonomia e autenticidade, na mesma medida em que naturaliza as condições adoecedoras. O indivíduo se depara, assim, com o sofrimento psíquico, mas nem sempre o reconhece como adoecimento, o que o leva a se encontrar com o limite de suas condições. E assim, como já afirmado por Castro (2010), neste modo flexível do capitalismo não só o modo de produzir se altera, mas também os padrões de excepcionalidade, pois buscam-se padrões quase impossíveis de produtividade, que ao tentarem ser alcançados relembram o sujeito de sua “mediocridade”, fundamentando um ambiente debilitante.

Para Aubert e Gaulejac (2007), em primeira instância, temos sujeito e organização como partes distintas, com dinâmicas que não se entrelaçam uma à outra. De um lado há o indivíduo marcado pela busca essencial do sucesso profissional, moldado pelo encontro de seu desejo infantil e ideais parentais e coletivos, e do outro temos o ideal organizacional impregnado pelos princípios de excelência, apresentado ao indivíduo como caminho para alcançar aquilo que deseja ser. A partir do momento em que consciência e organização se encontram, reciprocamente se estabelece um “contrato narcisista”, que Castro (2010) relaciona à noção de “juramento” de Sartre (1990), sendo o ato de comprometimento de um ser com o Outro dentro de um grupo. Indivíduo e organização deixam de ser indiferentes frente ao outro à medida que o mesmo modifica parte de sua personalidade interiorizando os ideais organizacionais, sendo necessário que o “juramento” se constitua como resposta a um desejo realmente vivido pelo sujeito, expresso em um comprometimento concreto (Castro, 2010).

Mais adiante, Aubert e Gaulejac (2007) postulam a etapa seguinte do esgotamento psíquico, determinada pela “fusão” do sujeito ao ideal organizacional. Nessa fase não há reciprocidade entre o que o sujeito deseja e aquilo que a organização oferece, como se prometeu no momento de “adesão”, aqui se enfatiza um momento de alienação do indivíduo.

O trabalhador, pouco a pouco, passa a ser consumido pelo modelo de funcionamento ideal estabelecido pela empresa, passando a agir gradativamente de acordo com o modelo organizacional.

Tal hipótese permite considerar a existência de **um processo de distanciamento entre o que o sujeito projeta e deseja para si e aquilo que a organização deseja ou exige que o sujeito seja e faça**. É, em certo sentido, o começo de um processo de perda de si mesmo em detrimento de um ser outro, que se põe, ao mesmo tempo, como uma exigência externa de produtividade e eficiência, mas também, como exigência interna em função do juramento realizado ao ideal organizacional (Castro, 2010, p. 42, grifos nossos).

Encontra-se aqui o paradoxo do ideal das organizações no âmago do capitalismo flexível. Este, ao mesmo tempo em que promete realizar um desejo individual, também produz um processo alienante, distanciando o indivíduo de si e minando suas energias, destituindo o propósito em seu desejo (Castro, 2010). Sendo assim, a tentativa de unir o sujeito e o ideal organizacional em um único elemento, conforme sustenta Castro (2010), é um fracasso antropológico, o malogro da intenção de diluir o desejo, o projeto e a ação singular na organização, fazendo com que a lógica existencial se anule, fundindo o funcionamento psíquico ao sistema. O Burnout caracteriza-se, então, como o ponto final de um processo de fracasso, à medida que o sujeito cada vez mais se mostra alienado ao ideal e às exigências organizacionais, deixando as demais dimensões de seu Ser em segundo plano, em função de receber reconhecimento do Outro, caracterizando um indivíduo fragilizado e impotente.

2.1.A historicidade e as condições concretas da existência

Antes de avançarmos para a discussão acerca da historicidade e seus atravessamentos, torna-se necessário compreender, ainda que brevemente, o conceito de subjetividade. De maneira geral, a subjetividade pode ser compreendida como a forma pela qual o indivíduo experimenta, interpreta e atribui sentidos a si mesmo, aos outros e ao mundo. Contudo, partimos da compreensão de que a subjetividade não se constitui como uma dimensão puramente interna ou individual, mas é produzida historicamente nas determinações que atravessam o singular. Nessa perspectiva, a pessoa e o mundo são indissociáveis, de modo que os processos de subjetivação são constantemente impactados pelas determinações concretas da realidade social (Feijoo, 2011).

Castro (2010) entrelaça à sua pesquisa a necessidade de entender a individualidade do sujeito que vive o processo do Burnout. Ao buscar compreender a perda do sentido existencial do trabalho, é necessário analisar o indivíduo em sua historicidade e não em sua capacidade de adaptação. É preciso compreendê-lo em seu plano sócio-histórico, onde conflitos familiares, organizacionais e de classe incidem sobre o sujeito, demarcando os limites de auto-produção individual. Para ilustrar o que se propõe, Castro (2010) traz as observações de Gaulejac (1987), que sugere uma relação entre complexo de inferioridade e super investimento no trabalho. Por exemplo, uma criança da classe operária pode ser humilhada por sua condição social não a fazendo somente conhecer a condição de classes sociais, como também entender-se através da vivência da humilhação e o sentimento de inferioridade, podendo, assim, instaurar-se uma dialética entre o complexo de inferioridade e a exigência de superioridade, ao passo em que o sujeito tenta superar tal condição. Com isso, o estudo da historicidade individual permite entender a pessoa como sujeito, apto de fazer algo de si mesmo dando sentido à sua existência a partir das condições sociais determinadas.

É preciso, então, articular o entendimento do Burnout a partir da historicidade individual (movimento entre universal-singular), e também da compreensão sócio-histórica das organizações, as quais são construídas pela ação humana conjunta, desvinculando-se de uma ideia mecânica ou organicista. A maneira como a organização se constitui e separa o trabalho é dependente de ação política e de escolhas ideológicas (Castro, 2010).

O explorador é ao mesmo tempo o explorado. Agressor e vítima não podem mais ser distinguidos. Essa autorreferencialidade gera uma liberdade paradoxal que, em virtude das estruturas coercitivas que lhe são inerentes, se transforma em violência. Os adoecimentos psíquicos da sociedade de desempenho são precisamente as manifestações patológicas dessa liberdade paradoxal (Han, 2015, p. 17).

Neste sentido, as contradições organizacionais devem ser analisadas como efeito das práticas paradoxais das relações de poder que se estabelecem e se sustentam por um processo recíproco no qual o homem é simultaneamente produto e produtor (Castro, 2010). Sugere-se, então, uma mudança de paradigma, capaz de transcender o objetivismo fundamentado no princípio da eficácia para um modelo antropológico voltado à compreensão do sentido que se contraponha ao funcionalismo, o qual pressupõe um padrão normal de funcionamento do sistema (Gaulejac, 2002). Tal posicionamento se torna relevante ao passo que uma das grandes questões teóricas em relação às organizações se refere à naturalização das pessoas em simples recursos do sistema, tornando habitual seu funcionamento, interpretando seus conflitos como falhas ou disfunções de maneira descontextualizada e a-histórica (Enriquez,

1992). Logo, pensar o sujeito dentro do mundo organizacional é pensá-lo como homem produtor da organização e de si mesmo, uma vez que a construção das organizações e suas contradições se dão como realidade histórica, ao passo que as pessoas aderem e interiorizam os ideais organizacionais (Castro, 2010).

Dessa forma, compreender a constituição subjetiva da pessoa negra implica reconhecer que sua vivência é marcada por determinações específicas produzidas pelo colonialismo e o racismo estrutural, tornando-se fundamental compreender a interseccionalidade enquanto ferramenta teórica e política capaz de analisar como diferentes formas de opressão se articulam simultaneamente nas condições concretas de vida dos indivíduos.

A interseccionalidade [...] refuta o enclausuramento e a hierarquização dos grandes eixos da diferenciação social que são as categorias de sexo/gênero, classe, raça, etnicidade, idade, deficiência e orientação sexual. O enfoque interseccional vai além do simples reconhecimento da multiplicidade dos sistemas de opressão que opera a partir dessas categorias e postula sua interação na produção e na reprodução das desigualdades sociais (Bilge, 2009, p. 70 citado por Hirata, 2014, p. 62-63).

Ao mesmo passo Navasconi (2018) traz que uma apropriação dos processos de colonialidade, epistemicídio, heteronormatividade e branquitude ajudam a pensar o adoecimento psíquico de forma interseccional. Pois, tem-se uma epistemologia mestra que “julga todo tipo de conhecimento, hierarquizando, excluindo e invisibilizando” (Navasconi, 2018, p. 89). Assim, no contexto deste trabalho, permitindo-se a olhar para a produção dos saberes sobre o burnout como produto dos processos de colonização do saber, é possível traçar como objetivo: analisar o Burnout a partir de uma perspectiva interseccional, compreendendo que o adoecimento no trabalho não se manifesta de maneira universal, mas é atravessado pelas condições históricas e sociais que estruturam o indivíduo negro.

3.O olhar sobre a subjetividade da pessoa negra e o anticolonialismo como forma de superação

Para falar sobre a experiência subjetiva da pessoa negra dentro da sociedade pós-colonização, mergulhar-se-á nos trabalhos do psiquiatra martiniquenho Frantz Fanon, autor este, que sempre está munido de experiências para dialogar com suas produções. Faustino (2022) relata sobre a importância do contexto social do escritor para o desenvolvimento de sua teoria, uma vez que os habitantes de Martinica não se reconheciam como negros, conformavam-se com a cultura francesa e denominavam outros povos colonizados, os senegaleses, como pretos; a língua era tida como um grande marcador social,

pois a população senegalesa, sendo uma massa imensa de trabalhadores pauperizados, falavam apenas o crioulo.

Entretanto, quando se alista à resistência francesa, entra em contato com a alienação da subjetividade do colonizado, “percebeu amargamente que sua cor o impedia de ser visto como igual pelos supostos ‘compatriotas’, assim, por mais que pensasse, sentisse ou desejasse o contrário, em face do branco era visto e tratado apenas como negro [nègre]” (Faustino, 2013, 2022, p. 23). O colonizado martinicano só descobre que é colonizado quando sai de sua terra natal.

A partir de sua historicidade, Fanon passou a escrever de maneira engajada com a realidade, tinha a intenção de discutir o colonialismo, o reconhecimento e a negritude, para assim problematizar o racismo e seus efeitos na subjetividade de pessoas brancas e negras. Com isso, o seu primeiro manuscrito “Peles negras, máscaras brancas” tem por objetivo, como narra Faustino (2022), apropriar-se dos clássicos da psicologia de modo a oferecer subsídios teóricos e práticos para superação da alienação colonial. Fanon afirmava que, através do movimento dialético, a alienação colonial e o reconhecimento de sua dilacerante violência objetiva vêm sempre em conjunto com as consequências culturais, afetivas e subjetivas (Faustino, 2022). O autor exemplifica, no estudo citado, ao figurar o sofrimento imposto pelo racismo:

Eu não aguentava mais, pois já sabia que existiam lendas, histórias e, acima de tudo, a historicidade, sobre a qual Jaspers me havia ensinado. O esquema corporal, atacado em vários pontos, então desabou, dando lugar a um esquema epidérmico racial. ... Eu existia triplamente, ocupava um lugar, ia na direção do outro... e o outro - evanescente, hostil, mas não opaco, e sim transparente, ausente – desaparecia. Era Nauseante... (Fanon [1952] 2020, p. 127).

O negro e o conjunto de fantasias coloniais passam a ser tomados como “atributo maldito e inato no qual o colonizado é definido e, em contraponto, o branco é afirmado como expressão universal do ser” (Faustino, 2022, p. 27). Observa-se assim um primeiro contato de Fanon com a sua teoria de negrura e negro, este que não é ontológico, mas é marcado subjetivamente pelo colonialismo. Seguindo com a temática de escrever sobre a experiência vivida, na eclosão da luta anticolonial argelina, o autor passa a conhecer a violência da guerra e toma o partido da revolução, abrigando militantes torturados. A partir desse contato, passa a enfatizar o papel da luta anticolonial na desintoxicação dessa subjetividade colonizada, traçando como caminho defender os elementos simbólicos negados em oposição à cultura colonial, não para o fechamento identitário, mas para sua superação.

Em suma, o diálogo fértil e crítico de Fanon com grandes nomes da psicanálise, da fenomenologia-existencial e do marxismo (Faustino, 2022), orientada pelo movimento de negritude, leva o autor à conclusão de que a alienação colonial não poderia ser superada apenas por uma virada sistêmica, mas por uma reestruturação do mundo, uma radical transformação social. Porém, durante a escrita de “Peles negras, máscaras brancas” não havia nenhuma indicação concreta de que isso seria possível. Apenas em seu último livro Fanon organiza os caminhos para a superação citada, pois, “a ‘coisa’ colonizada se torna homem no processo pelo qual ela se liberta” (Fanon, 1961, p. 52-54). Assim, como grifa Faustino (2022), o branco precisa morrer enquanto branco para que o negro tenha mais razão de existência, isto é, a superação se efetiva quando o branco e o negro estiverem libertos de sua brancura e negrura.

Em “Peles negras, máscaras brancas”, o autor é marcado fortemente por suas experiências de reconhecimento racial. No capítulo “A experiência vivida do negro”, Fanon desenvolve o entendimento do limite da ontologia dos filósofos como Hegel, Merleau-Ponty e Sartre. O autor argumenta que a ontologia não permite compreender o ser negro, pois “o negro já não precisa ser negro, mas sê-lo diante do branco” (Fanon, 1952, p. 125), o que implica no esquema corporal do homem de cor, tornando-o uma atividade puramente negacional, um conhecimento em terceira pessoa. Esse conhecimento de si não é mais moldado pelo olhar do outro, como aponta Sartre em “O ser e o nada”, mas completamente nomeado e encerrado no em-si pelo olhar do branco. Desse modo, tomando os conceitos de alteridade e reconhecimento, a pessoa negra não mais faz uso da sua experiência, das suas sensações e percepções para construir seu Ser; ela tem sua história construída através de anedotas e relatos que dizem o que ele é. Logo, o esquema epidérmico, uma vez corporal, torna-se um esquema histórico-racial, algo que data antes da existência do ser. Como exemplo documental de sua vivência enquanto homem negro, Fanon nos apresenta seu movimento de objetificação pelo olhar do outro.

“Negro imundo” ou simplesmente: “olhe, um negro!” ... minha alma cheia do desejo de estar na origem do mundo, e eis que me descubro objeto em meio a outros objetos. Encerrado nessa objetividade esmagadora, supliquei a outro alguém. Seu olhar libertador. ... Nada adiantou. Explodi. ... Enquanto o negro estiver em seu lar, não precisará, exceto por ocasião de lutas internas de menor gravidade, pôr seu ser à prova de outrem. ... mas qualquer ontologia se torna irrealizável em uma sociedade colonizada e civilizada. (Fanon, 1952, p. 125).

Essa “objetividade esmagadora” se torna pedra angular para se entender o negro e o preconceito de cor, pois, em oposição ao homem branco irreduzível, que nasce ontologicamente livre e se joga ao mundo em direção ao nada, como em um processo de

negação da sua objetividade, o negro não desfruta dessa zona de não-ser, dessa incerteza “de onde pode brotar uma aparência autêntica” (Fanon, 1952. p. 22). Isso ocorre porque, no racismo colonial, o branco é visto como a teodiceia (Gabriel e Faustino, 2025) e o negro como demônio maldito ou bestas selvagens. Por conseguinte, as pessoas negras não podem negar o seu Ser, ele é encerrado na sua negrura, não podendo se tornar acional dentro da sua existência. Nota-se aqui que o conceito de teodiceia é apresentado por Geni Nuñez (2021 citado por Gabriel e Faustino, 2025), este evidencia o branco, dentro do racismo colonial, como equivalente à figura do Deus ocidental como onipotente, onipresente e onisciente. Este Deus também é, desde o início, monogâmico, monoteísta e monocultural, portanto, a autora associa a cosmovisão cristã e a monogamia ao projeto colonial, pois a imagem do monoteísmo vingativo e ciumento é parte da imposição colonial de um ideal de ser e de um modelo de família.

Com isso, torna-se necessário contextualizar o que seria a zona de não-ser, utilizando-nos do texto de Faustino e Gabriel (2025) para auxiliar na compreensão de como a subjetividade colonizada vem sendo construída. Os autores apresentam inicialmente que o não-ser não é a desumanização, mas exatamente o que nos faz humanos. Merleau-Ponty apresenta essa noção como a indeterminação que permeia a relação do eu com o outro, sendo “a projeção pela qual o sujeito do movimento prepara diante de si um espaço livre [...] se refere a intencionalidade, dessa consciência que é consciência de...” (Merleau-ponty, 1945 citado por Gabriel e Faustino, 2025). Já para Sartre, essa indeterminação é o que possibilita a liberdade, podendo ser traduzida para a ideia de “o nada”, condição que permite a consciência se lançar no mundo e se distanciar do dado. Assim, entende-se que o não ser só pode existir como negação de algo, por conseguinte, é sempre em relação a alguma forma de ser, devendo primeiro existir o ser para que o nada o negue e torne-se um não-ser. Em suma, de acordo com a tradição teórica que Fanon se formou, a existência precede a essência, por ser indeterminada. Ademais, o problema não é a zona de não-ser, mas que “na maior parte dos casos, o negro não goza dessa regalia de empreender essa descida ao verdadeiro inferno” (Fanon, 1952, p. 22), situação que só é possível ao superar a alienação colonial. Com isso, Gabriel e Faustino (2025) mostram como Fanon explicita o não-ser como estrutura do para-si humano e calibaniza essa noção existencialista, se referindo à personagem Caliban, descrito como escravo selvático e deformado que nunca aceitou o domínio de seu colonizador, para mostrar como a violência colonial não apenas inferioriza as pessoas negras, mas as desumaniza, “atribuindo-lhes uma essência supostamente fixa ... fixação fetichizada de um ser em-si homogêneo e a-histórico” (Gabriel & Faustino, 2025, p. 301). Assim, entende-se

que a racialização é uma particularidade sócio-histórica que restringe a liberdade e o racismo, sendo “a própria criação social da diferença racial como barreira ontologicamente intransponível” (Gabriel & Faustino, 2025, p. 305) que impede entrar em contato com as contradições de uma existência livre que angustia e exige a tomada de responsabilidade pelas escolhas, logo, torna o ser acional. Isto é marcado pelo olhar objetificante do colonizador que se recusa a reconhecer o negro como sujeito.

Sob análise, o ser negro em Fanon (1952) não é de ordem ontológica, mas histórica, construído pelas pessoas e cultura do seu tempo. Assim como a consciência, que só existe em relação a algo, a raça existe em relação ao preconceito de cor, com o olhar do branco que se entende como objetificador e desumanizador. Em consoante, esse olhar retira da pessoa negra sua liberdade, impedindo-a de negar sua existência para ir em busca de uma essência, de forma que, a segunda preceda a primeira, visto que há histórias, anedotas e mitos que determinam a historicidade do sujeito que tem a “implacável negrura” como evidência intransponível.

Sob outro aspecto, será necessário pensar sobre a superação da alienação colonial, exposta anteriormente, e como tornar possível uma constituição subjetiva livre em pessoas colonizadas. Fanon, após uma construção poética de recuperação da sua historicidade, define que sem um passado negro e sem um futuro negro, foi impossibilitado a ele existir em sua negrura. Sob a influência dos estudos sobre a negritude, como as obras do martinicano Aimé Césaire, Fanon (1952) referencia diversos trabalhos do dramaturgo, ressaltando a necessidade de um resgate das histórias, tecnologias, saberes e autores apagados pelo colonialismo.

No capítulo do trabalho de Fanon (1952) citado anteriormente, como em tradição de sua escrita, ele retrata uma experiência vivida onde confessa chorar ao recusar essa amputação do seu ser, “chora não pela angústia ... ou pelo peso da responsabilidade diante das escolhas ... Chora por não ser reconhecido como ser humano” (Gabriel & Faustino, 2025, p. 302). Sob o mesmo prisma, reflete sobre a “consciência negra” em meio a uma crítica ao texto “Orfeu Negro”, Ensaio de 1948, de Sartre, que buscava discutir questões da negritude, racismo e a superação da raça, dizendo que ela, diante do preconceito de cor, apresenta-se como densidade absoluta, repleta de si, não sendo potencialidade de algo, mas simplesmente é em-si, pois “não sou eu que crio um sentido para mim mesmo, mas é o sentido que já está lá, preexistente, esperando por mim.” (Fanon, 1952, p. 147).

E em reivindicação contra esse olhar objetificante, que mesmo Sartre lança a ele, utiliza a obra de Césaire para dizer: “minha negritude não é uma torre nem uma catedral” (Césaire, 1939 citado por Fanon, 1952, p. 152, grifos do autor), e acusa o filósofo francês de

esquecer que o negro sofre em seu corpo de forma diferente do branco. Entende que um identitarismo, uma localização histórica apartada e estranhada daquilo que é universal do ser humano, não resultaria na “quebra do ciclo” da violência colonial, deve-se “ir além da mera afirmação da identidade historicamente negada, em direção ao humano genérico” (Faustino, 2022, p. 41), superando as relações raciais estabelecidas. Logo, a negritude de Césaire se mostra como um caminho para isso, de modo que, de acordo com Gabriel e Faustino (2025), “enquanto houver racismo, será inviável abrir mão da negritude” (p. 307).

Conforme citado anteriormente, é neste momento que se busca contextualizar o conceito de negritude enquanto uma possibilidade para a virada sistêmica que Fanon propõe, isto feito a partir dos estudos de Aimé Césaire, também nascido na martinica, um intelectual, político e poeta que “vivencia o desconforto de se sentir estrangeiro” (Fonseca, 2022, p. 1). Em suas publicações, de acordo com Fonseca (2022), o autor pleiteia que pessoas negras tomem esta palavra para lutar contra o esmagamento cultural imposto pelo colonizador e fortalecer as vozes da luta anticolonial. Cuadra (2025) aponta que “era preciso cavar mais fundo para encontrar dentro de si, além de todas as camadas da civilização, o ‘negro fundamental’ que habita neles” (p. 3). Os trabalhos de Césaire se entrelaçam com Fanon ao reiterar que a dominação colonial fabrica imagens de um “bom negro”, porquanto, durante sua atividade política mais intensa, filiando-se ao Partido Comunista Francês (PCF), sempre houve um incômodo, com a percepção de que “havia um eles e um nós ... eu me sentia negro, e eles não eram capazes de me compreender plenamente” (Césaire & Vergès, 2024 citado por Cuadra, 2025, p. 6). A partir de sua revolta diante da situação vivida pelos negros, que Césaire constrói os sentidos da palavra negritude nos versos do poema *Cahier*, obra que foi citada por Fanon.

A atividade política de Césaire foi carregada da causa antirracista e anticolonial, caracterizando-se como o mais radical articulador teórico e difusor do conceito da negritude. Como enuncia Nisterac (2023), este é “um dos mais revolucionários conceitos da luta social surgidos no Mundo Negro contemporâneo” (Moore, 2010 citado por Nisterac, 2023, p. 79). Sua literatura é de combate, “uma literatura de choque, essa é a sua honra, uma máquina de guerra contra o colonialismo, contra o racismo, essa é a sua razão de existir” (Césaire, 1966 citado por Cuadra, 2025, p. 9).

A negritude não é essencialmente de natureza biológica. Evidentemente, para além do biológico imediato, ela faz referência a qualquer coisa de mais profundo, mais exatamente a uma soma de experiências vividas que terminam por definir e caracterizar uma das formas de humanismo criado pela história; **é uma das formas históricas da condição humana** (Césaire, 2010 citado por Nisterac, 2023, p. 81, grifos do autor).

A negritude não é uma filosofia ou metafísica, é a maneira de viver a história dentro da história. Ela se apresenta como uma necessidade de reconhecer as práticas e valores específicos construídos na história do continente africano, recuperando um “passado especificamente negro”, sem precisar se converter no Outro, como traz Nisterac (2023); é a assunção de uma identidade negada, singularidade e herança esquecida. Em consequente, para Césaire (2010), em um mundo dividido e hierarquizado racialmente, a adoção de uma identidade racial construída em cima de valores definidos pelos próprios negros, focada justamente nas experiências singulares e condições de vida das localidades geográficas, é fundamental para forjar caminhos e possibilidades de protagonismo na história. Ainda no que tange a identidade, Césaire (2010) pensa em “Uma identidade não arcaizante, devoradora de si mesma, mas sim devoradora do mundo, isto é: apoderando-se do presente para melhor reavaliar o passado e, mais ainda, para preparar o futuro.” (Césaire, 2010 citado por Nisterac, 2023, p. 83, grifos do autor). O autor segue dizendo que é necessário fazer uma escolha, e essa escolha é de se recusar a esquecer, entendendo que sua identidade não é aprisionadora, é universal por meio do aprofundamento da própria singularidade, como em um movimento dialético entre a negritude, sendo uma síntese universal-singular.

4.A experiência de trabalho da pessoa negra

Sartre, ao discutir as transformações históricas das relações de exploração, evidencia que a opressão muda de forma, mas não de estrutura. A exploração que anteriormente se realizava pela posse direta de corpos, o escravismo, passa, no capitalismo, a ocorrer mediada pelo contrato e pela aparente liberdade do trabalhador, cuja subsistência depende da venda da própria força de trabalho. Neste contexto, a má-fé sustenta uma concepção de liberdade que encobre a desigualdade material e histórica (Sartre, 1983; 1997). Assim, a abolição da escravidão não significou o fim da opressão, mas sua reformulação sob a lógica do capital, na qual a liberdade se torna instrumento de exploração e alienação. Ademais, entende-se o conceito de opressão, como a atividade de “cercear a liberdade alheia ao interferir nas condições (possibilidade) dos sujeitos, por meio de leis e disposições sociais” (Fornari, 2026), portanto, atentando contra as condições de existência do ser. Ademais, a autora que parte dos estudos de Sartre, radicaliza essa crítica ao mostrar que o capitalismo moderno é inseparável do projeto colonial europeu.

O racismo e a desumanização dos povos colonizados foram as condições psíquicas e materiais que sustentaram o acúmulo capitalista. O negro, reduzido a objeto no olhar do

branco, vive o que Fanon (1952) chama de “objetividade esmagadora”. De forma semelhante, a opressão capitalista desumaniza o trabalhador ao reduzir sua existência à força de trabalho e submeter suas necessidades à lógica da exploração.

Essa alienação colonial reaparece, sob novas máscaras, nas sociedades capitalistas contemporâneas. A figura do trabalhador explorado, analisada por Sartre (1983), e a do sujeito colonizado, descrita por Fanon (1952), convergem como expressões da mesma estrutura de dominação: ambos são produzidos como “outros”, tendo sua autonomia limitada por relações sociais que os objetificam e subordinam. Desse modo, a população negra, mesmo após o fim formal da escravidão, permanece sem ter as condições para sua autonomia, sendo frequentemente submetida a relações de trabalho marcados pela exploração, pela desigualdade e pela imposição de regras definidas pelos detentores do capital.

Fanon antecipa essa continuidade ao afirmar que a libertação do colonizado exige não apenas uma “virada sistêmica”, mas uma reestruturação radical do mundo (Fanon, 1961, p. 54). Enquanto a luta de classes descrita por Sartre (1990) permanece dentro dos limites da dialética histórica, Fanon (1961) propõe uma ruptura ontológica: a morte simbólica do “branco” e do “negro” enquanto categorias coloniais, e o nascimento de um novo humano liberto da alienação racial e econômica. Dessa forma, a única maneira de romper um processo de opressão é pela libertação (Fornari, 2026).

Assim, a partir do entendimento da herança da escravização, o capitalismo moderno pode ser compreendido como a metamorfose do colonialismo, uma forma sofisticada de dominação que preserva, sob o discurso do progresso e da liberdade, as mesmas estruturas de exploração material e de aniquilação simbólica. Sartre (1983) revela o mecanismo; Fanon (1952) o corpo e a alma ferida que esse mecanismo produz. Ambos convergem na denúncia de um sistema que, para existir, precisa negar a liberdade concreta do outro.

A autora Lélia Gonzalez narra essa atualização por meio da experiência de trabalho da pessoa negra, no livro “Por Um Feminismo Afro Latino Americano”, tornando concreto as dinâmicas de interseccionalidade e determinações sociais do colonialismo. Em especial o texto “Mulher negra: Um retrato” aparece como referência para lançar-se um olhar sobre as diferenças na forma de como a pessoa negra está inserida dentro da lógica do trabalho. O texto acompanha uma mulher preta que se muda para o Rio de Janeiro para que sua família consiga condições de empregabilidade mais estáveis, aquela, desde menina, já “Muito trabalhadeira, sabe?” (Gonzales, 2020, p. 157). A personagem, ao chegar à nova cidade, começa a trabalhar como babá para uma “madame” e como um segundo emprego, tem-se o trabalho de arrumadeira.

Com isso, constrói-se o entendimento da atualização da mulher negra escravizada, ou Mucama, na figura da empregada doméstica, pois, “A escrava de cor ... Cozinhava, lavava, passava a ferro, esfregava de joelhos o chão das salas e dos quartos, cuidava dos filhos da senhora e satisfazia as exigências do senhor” (Hahner, 1978, p. 120 citado por Gonzalez, 2020, p. 72), apesar de ter seus próprios filhos e amparar seu companheiro que sofre na senzala, cria uma condição de vida amena e fácil dentro das casas das “madames”. Dito isso, fica explícito o paralelo com a empregada doméstica, que, como a autora coloca, é a mucama permitida, que ainda trabalha com a prestação de serviço e de bens, sendo assim “o burro de carga que carrega sua família e a dos outros nas costas” (Gonzales, 2020, p. 73). Da mesma forma, o discurso colonial, cria uma natureza para justificar as violências coloniais, visto que:

A primeira coisa que a gente percebe nesse papo de racismo é que todo mundo acha que é natural. Que negro tem mais é que viver na miséria. Por quê? Ora, porque ele tem umas qualidades que não estão com nada: irresponsabilidade, incapacidade intelectual, ciancio etc. e tal. Daí é natural que seja perseguido pela polícia, pois não gosta de trabalho, sabe? Se não trabalha é malandro, e se é malandro é ladrão. (Gonzales, 2020, p. 69)

Este trecho revela, também, outros dois pontos essenciais para a compreensão da concretude das condições de trabalho, a perseguição policial e o desemprego, o primeiro entende-se como “Um dos mecanismos mais cruéis da situação do negro brasileiro na força de trabalho” (Gonzales, 2020, p. 40), pois quando se constata que está desempregado, é preso por vadiagem, visto que o consenso setorial dos policiais brasileiros é que ““todo negro é um marginal até prova em contrário”” (Gonzales, 2020, p. 40). Ademais, é justamente esta perseguição que acarreta a sobrecarga de trabalho nas mulheres, como já dissertado, e na juventude, tema este motivo da próxima articulação.

O texto “A juventude negra brasileira e a questão do desemprego” (Gonzales, 2020), explora esta realidade concreta a partir de uma colocação base, de que o sistema de produção capitalista industrial monopolista impede o crescimento das forças produtivas de forma equilibrada, integrando momentos históricos diversos em uma totalidade que relaciona instâncias políticas, ideológicas e econômicas, por consequência, as questões do desemprego e subemprego incidem sobre as populações de níveis mais baixos de participação na força de trabalho, ou seja, a população negra. A autora explica essa divisão racial do trabalho de tal forma:

... a maioria quase absoluta da população negra brasileira faz parte da massa marginal crescente: desemprego aberto, ocupações “refúgio” em serviços puros, trabalho ocasional, ocupação intermitente e

trabalho por temporada etc. Ora, tudo isso implica baixíssimas condições de vida em termos de habitação, saúde, educação etc. (Gonzales, 2020, p. 40)

Esta questão irá ditar a relação que se constrói com o trabalho, sendo rejeitado para trabalhos intermitentes, sem algum tipo de seguridade, pautado em prestação de serviços, falta de segurança e desvalorização da sua mão de obra, evoca-se a condição de retirada de sua liberdade, pois se é na relação com o mundo que se institui a subjetividade, como traz Gabriel e Faustino (2025), sendo negado essa negação do que está dado, ou seja, quando o trabalho dentro das condições estabelecidas é feito majoritariamente por jovens negros, tem-se aqui a herança do colonialismo.

5.Considerações finais

Pode-se considerar, então, que a Síndrome de Burnout nasce e se constitui dentro de um momento socioeconômico e histórico, materializando-se de maneira particular, moldado a partir da experiência singular de cada Ser e de como este vivencia sua realidade econômica, social e cultural, não podendo negar a necessidade de olhar para tais interseccionalidades ao se pesquisar o adoecimento dos sujeitos trabalhadores e o modo como internalizam suas condições.

Com este trabalho não buscamos fechar um entendimento único sobre o Burnout, mas sim abrir as portas para os mais diversos debates e posicionamentos críticos ao se teorizar o adoecimento dos corpos negros e diversas outras interseccionalidades que compõem o sofrimento humano, afinal “lidar, por exemplo, com a divisão sexual do trabalho sem articulá-la com a correspondente ao nível racial é cair em uma espécie de racionalismo universal abstrato, típico de um discurso masculinizante e branco.” (Gonzales, 2020, p. 129), discurso esse tão presente na realidade atual.

Sendo assim, ao se pensar na Síndrome de Burnout, caímos com frequência não apenas em um determinismo universalizante, mas também em um discurso que respalda as condições de trabalho e a narrativa produtivista do capitalismo, tornando o sofrimento psíquico em uma falha individual do sujeito que “não dá conta” das condições impostas sobre o mesmo. A medicalização e padronização do sofrimento aparecem como solução para a manutenção de um sistema adoecedor que visa unicamente lucro. Deste modo, buscou-se neste trabalho apresentar a importância da construção de reflexões críticas e mediadas pela dialética e o anticolonialismo, como possibilidade de superação do modelo desumanizador aplicado às relações de trabalho.

6.Referências

- Antunes, Ricardo (2018). *O privilégio da servidão: o novo proletariado de serviços na era digital*. Boitempo.
- Aubert, Nicole & Gaulejac, Vincent de. (2007). *Le Coût de L'excellence*. Sueil.
- Castro, Fernando José Gastal de. (2010). *Burnout, projeto de ser e paradoxo organizacional*. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Florianópolis.
<http://repositorio.ufsc.br/xmlui/handle/123456789/93646>
- Cuadra, Fernando de la (2025) *Por que ler Aimé Césaire hoje?*. Outras Palavras, Descolonizações. [\(PDF\) Por que ler Aimé Césaire hoje?](#)
- Enriquez, Eugène. (1997). *A organização em análise*. Ática.
- Fanon, Fanon (1952/2020) *Pele negra, máscaras brancas* (2a ed.). Ubu Editora.
- Fanon, Fanon (1961/2022) *Os condenados da terra*. Zahar.
- Faustino, Deivison & Gabriel, Nilson Lucas Dias (2025). *O racismo e a zona de não ser*. In Vergés, Françoise, Faustino, Deivison, Césaire, Aimé, Bhabha, Homi K., Hooks, Bell, Young, Lola, Hall, Stuart, Wynter, Sylvia, Mbembe, Achille, Sibertin-blanc, Guillaume, Jabr, Samah, Gabriel, Nilson Lucas Dias, & Berger, Elizabeth, *Pensar fanon* (pp. 280-307). Ubu Editora.
- Faustino, Deivison (2022) *Frantz fanon e as encruzilhadas* (2a ed., Cap. 1, pp. 23-46). Ubu Editora.
- Feijoo, Ana Maria Lopez Calvo. (2011). *A Crise da Subjetividade e o Despontar das Psicologias Fenomenológicas*. Psicologia em Estudo, Maringá, v. 16, n. 3, p. 409-417
- Freudenberger, Hebert. (1987). *L'épuisement professionnel: la brûlure interne*. Gaëtan Morin Éditeur.
- Fonseca, Maria Nazareth Soares (2022). *Aimé Césaire: a palavra empenhada*. Literáfricas, UFMG. http://www.letras.ufmg.br/literafro/arquivos/artigos/Aim_Csaire.pdf
- Fornari, Gabriela Araújo (2026). *Caminho sem chão: um estudo existencialista sobre fake news*. Editora CRV.
- Fundação Itaú. (2025). *Juventudes negras e empregabilidade: desafios estruturais e caminhos para a equidade no mercado de trabalho no Brasil*. Juventude Negras e Empregabilidade.
<https://fundacaoitau.org.br/observatorio/biblioteca/juventudes%20negras%20e%20em%20empregabilidade>
- Gaulejac, Vincent de. (2014). *A neurose de classe: trajetória social e conflitos de identidade*. Via Lettera.
- Gaulejac, Vincent de. (2002). *La intervention entre gestion et sociologie clinique*, Cahiers du laboratoire de changement social, n. 7. L'Harmattan. 54-68.

- Gonzales, Lélia (2020). *Por um Feminismo Afro-Latino-Americano: Ensaio, Intervenções e Diálogos*. Zahar.
- Han, Byung-Chul (2015). *Sociedade do cansaço*. Vozes.
- Harvey, David (2011). *O enigma do capital: e as crises do capitalismo*. Boitempo.
- Hirata, Helena (2014). *Gênero, classe e raça: Interseccionalidade e consubstancialidade das relações sociais*. Tempo Social, revista de sociologia da USP, v. 26, n. 1
- Lee, Raymond Thomas, & Ashforth, Blake Edward (1996). *A Meta-analytic Examination of the Correlates of the three Dimensions of Job Burnout*. Journal of Applied Psychology, v 81(2), 123-133.
- Maslach, Christina (1993). *Burnout: A multidimensional perspective*. In Wilmar Bakker Schaufeli, Christina Maslach, & Tadeusz Marek, *Professional burnout: Recent developments in theory and research* (pp. 19-32). Taylor & Francis.
- Maslach, Christina, Schaufeli, Wilmar Bakker & Leiter, Michael Paul. (2001). *Job Burnout*. Annual Review of Psychology, v.52, 397-422.
- Navasconi, Paulo Vitor Palma (2018). *Vida, adoecimento e suicídio: racismo na produção do conhecimento sobre jovens negros/as LGBTTIs* (Cap. 3, pp. 87-92) [Tese de mestrado, Universidade Estadual de Maringá]. Biblioteca Digital de Teses e Dissertações da UEM.
- Nisterac, Wellington de Souza. (2023) *O despertar da negritude: quando homens negros se defrontam com suas identidades* (Cap. 2, pp. 79-84). Editora CRV.
- Sartre, Jean-Paul. (1990). *Crítica da razão dialética: Questões de método*. Nova Cultural.
- Sartre, Jean-Paul. (1997). *O ser e o nada: Ensaio de ontologia fenomenológica*. Vozes.
- Sartre, Jean-Paul. (1983). *Cahiers pour une morale*. Gallimard.